



## O.T. 26.09

En relación a su solicitud de información sobre el consumo metabólico de las camareras de pisos en relación con el riesgo que pueda suponer el exceso de carga de trabajo para su salud laboral, así como su evaluación, le comunicamos lo siguiente:

- La norma española, UNE-EN ISO 8996, Junio 2005 "Ergonomía del ambiente térmico. Determinación de la tasa metabólica (ISO 8996:2004) recoge distintos métodos para la valoración del consumo metabólico. Esta norma anula y sustituye a la Norma UNE-EN 28996 de marzo de 1995.
- Las estimaciones, tablas y otros datos incluidos en esta norma internacional se refieren a un individuo "medio", concretamente respecto al sexo femenino, dice la norma que se considerará una mujer de 30 años de edad, 60 kg de masa y 1,70 m de altura (área de la superficie del cuerpo de 1,6 m<sup>2</sup>).
- Los valores de la tasa metabólica media moderada de 165 w/m<sup>2</sup> (130 a 200) ó 295w (235 a 360) hacen referencia a la clasificación de la tasa metabólica por categorías y son valores aproximados. Estos valores son para actividades que incluyen períodos de descanso cortos.
- Cuando se utiliza el método de estimación de la tasa metabólica mediante requisitos de tarea (nivel de observación), la tasa metabólica se determina añadiendo a la tasa metabólica basal las tasas metabólicas asociadas a la postura del cuerpo, al tipo de trabajo y al movimiento del cuerpo, en relación con la velocidad de trabajo.
- La utilización del método de observación mediante tablas es el más utilizado pero presenta un riesgo importante de error (20%) por lo que para alcanzar el nivel mínimo de riesgo habría que



añadir un 20% más al valor final obtenido en los cálculos. Tal como se contempla en la norma, dado este riesgo de error, no se justifica, en general y para este nivel de evaluación, tener en cuenta diferencias de altura o sexo.

- En casos problemáticos o cuando quiera realizarse un estudio en profundidad, como es el caso motivo de su consulta, hay que utilizar el método del nivel de análisis, es decir, utilizar la medición de la frecuencia cardíaca.
- Para realizar un estudio completo sobre la carga física en las camareras de piso se recomienda, no sólo hacer un cálculo del consumo metabólico, sino también, un análisis de la carga postural (el método REBA sería el más idóneo para este tipo de tareas) y de la manipulación de cargas, en concreto del empuje de carros.
- La evaluación de las tareas y la valoración llevada a cabo de las mismas permitirán conocer cuales son las medidas preventivas apropiadas para minimizar la carga bien sean medidas técnicas u organizativas.
- Cuando el consumo metabólico sea moderado y de forma continuada en el tiempo se aplicarán las medidas preventivas necesarias para a reducir la carga de trabajo diaria del colectivo.
- El valor del gasto energético permite realizar el cálculo de pausas adecuado a la tarea.